

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masalah gizi khususnya pada permasalahan gizi mikro saat ini menjadi perhatian oleh beberapa pihak. Hasil penelitian tahun 2002 tentang gizi memberikan gambaran masalah gizi mikro seperti kekurangan energi protein atau yang sering disebut KEP dan masalah anemia zat besi serta masalah lainnya yang dipengaruhi oleh zat gizi mikro. Kekurangan energi protein dapat dipengaruhi oleh kekurangan maupun kelebihan zat gizi mikro tertentu yang berkaitan pada metabolisme (Soekirman, 2000).

Status gizi di Indonesia telah menunjukkan perbaikan yang ditandai dengan menurunnya prevalensi gizi kurang dari 24,5% pada tahun 2005 menjadi 18,4% tahun 2007. Masalah gizi lainnya seperti Kurang Vitamin A pada balita, Anemia Gizi Besi, Gangguan Akibat Kekurangan Yodium telah mengalami perbaikan (Depkes, 2009). Keadaan gizi seseorang merupakan gambaran konsumsi makanan dalam jangka yang cukup lama, bila kekurangan gizi dalam tahap ringan tidak akan muncul dampak yang nyata, tetapi akan timbul defisiensi yang lebih ringan dan kadang tidak disadari gejala yang timbul karena faktor gizi (Agung, 2002).

Anemia merupakan masalah gizi yang paling utama yang disebabkan karena kekurangan zat gizi besi. Anemia memberikan dampak pada penurunan kualitas sumber daya manusia, karena kekurangan zat besi dapat menimbulkan gangguan atau hambatan pada pertumbuhan baik sel tubuh maupun sel otak. Kurangnya kadar hemoglobin dalam darah menimbulkan gejala lemah, letih, lesu sehingga akan mempengaruhi prestasi dan produktivitas kerja serta menurunkan daya tahan tubuh yang mengakibatkan mudah terkena infeksi (Depkes RI, 2003). Anemia zat gizi terjadi karena tiga hal penyebab utama yaitu, karena kekurangan zat besi, sel darah merah mudah pecah, dan kekurangan vitamin B<sub>12</sub> dan asam folat. Selain itu vitamin C berpengaruh terhadap kejadian anemia karena vitamin C membantu dalam memperkuat daya tahan tubuh dan membantu melawan infeksi, serta membantu dalam penyerapan zat besi (Budiyanto, 2002).

Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) yang dilaksanakan tahun 2004 menyatakan bahwa prevalensi anemia gizi pada balita 40,5%, ibu hamil 50,5%, ibu nifas 45,1%, remaja putri usia 10-18 tahun 57,1% dan usia 19-45 tahun 39,5%. Berdasarkan hasil penelitian terhadap wanita usia subur (WUS) tentang kejadian anemia di Indonesia didapatkan hasil sebanyak 65,3% mengalami anemia, 53,3% tergolong anemia tingkat ringan dan 12% masuk dalam anemia sedang (Argana, 2004). Dari semua kelompok umur tersebut, wanita mempunyai risiko paling tinggi untuk menderita anemia terutama remaja putri. Remaja memerlukan banyak besi dan wanita memerlukan besi untuk mengganti besi yang hilang saat haid (Arisman, 2004).

Remaja putri rawan terkena anemia dibandingkan anak-anak dan usia dewasa karena remaja berada pada masa pertumbuhan yang membutuhkan zat gizi yang tinggi termasuk zat gizi besi (Lynch,2000). Remaja putri kebanyakan lebih menjaga bentuk tubuh, sehingga banyak yang membatasi konsumsi makanan dan melakukan pantangan terhadap banyak makanan (Sediaoetomo, 1992).

Di Indonesia prevalensi anemia pada remaja putri tahun 2006, yaitu 28% (Depkes RI, 2007). Hasil survei anemia Depkes Provinsi Jawa Tengah pada wanita usia subur sekitar 0,1% sampai dengan 73,6% dengan status anemia terendah di Kota Surakarta dan tertinggi di Kabupaten Sragen. Kejadian anemia pada remaja putri sebanyak 1,016% di Kota Surakarta, dan 51,1% di Kabupaten Batang (Depkes Provinsi Jawa Tengah, 2002).

Berdasarkan penelitian pada remaja putri di Kecamatan Gebog, Kabupaten Kudus sebanyak 36,8% mengalami anemia. Hasil penelitian tentang kejadian anemia yang dihubungkan dengan konsumsi zat gizi, menunjukkan adanya hubungan antara anemia dengan konsumsi zat gizi (energi, protein, besi, vitamin A, dan vitamin C) variabel lain yang berkaitan adalah pendidikan orangtua, pendapatan keluarga, pengetahuan dan sikap terhadap anemia, pola menstruasi, serta kejadian infeksi (Farida, 2007). Hasil penelitian lain yang dilakukan di Kota Semarang didapatkan hasil 20,8% responden mengalami anemia. Kejadian anemia ini berhubungan dengan tidak adekuatnya asupan zat besi, sehingga mempengaruhi kadar hemoglobin (Tiyas, 2009).

Akibat terjadinya anemia pada remaja diantaranya dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit, menurunkan aktivitas remaja yang berkaitan dengan kemampuan kerja fisik dan prestasi belajar serta menurunkan kebugaran remaja, sehingga menghambat prestasi olahraga dan produktivitas. Anemia yang terjadi pada remaja putri juga merupakan risiko terjadinya gangguan fungsi fisik dan mental, serta dapat meningkatkan risiko terjadinya gangguan pada saat kehamilan (Arisman, 2004).

Berdasarkan hasil penelitian pendahuluan yang dilakukan di SMK Muhammadiyah 4 Surakarta, menunjukkan bahwa dari 20 (100%) siswi yang diperiksa kadar hemoglobinnya, ada 9 (45%) siswi yang memiliki kadar hemoglobin dibawah angka normal. Hasil penelitian pendahuluan tersebut menjadi dasar dalam pemilihan tempat penelitian tentang anemia pada siswi di SMK Muhammadiyah 4 Surakarta.

## **B. Masalah Penelitian**

Berdasarkan uraian dari latar belakang, maka dapat diambil perumusan masalah yaitu:

“ Apakah ada hubungannya antara asupan zat besi, asam folat, vitamin B<sub>12</sub>, dan vitamin C dengan kejadian anemia pada pelajar putri SMK Muhammadiyah 4 Surakarta”.

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan antara asupan zat besi, asam folat, vitamin B<sub>12</sub>, dan vitamin C dengan kejadian anemia pada pelajar putri SMK Muhammadiyah 4 Surakarta.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mendeskripsikan tingkat asupan zat Besi, asam folat, vitamin B<sub>12</sub>, dan vitamin C pada pelajar putri.
- b. Mendiskripsikan kejadian anemia pada pelajar putri.
- c. Menganalisis hubungan asupan zat besi dengan kejadian anemia pada pelajar putri.
- d. Menganalisis hubungan asupan asam folat dengan kejadian anemia pada pelajar putri.
- e. Menganalisis hubungan asupan vitamin B<sub>12</sub> dengan kejadian anemia pada pelajar putri.
- f. Menganalisis hubungan asupan vitamin C dengan kejadian anemia pada pelajar putri.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Bagi siswa**

Menambah pengetahuan khususnya tentang pentingnya zat gizi dalam makanan dan pola makan yang baik untuk kesehatan.

#### **2. Bagi pihak sekolah**

Memberikan masukan bagi sekolah agar memperhatikan para siswi yang memiliki gejala anemia dan menderita anemia, karena akan

berpengaruh terhadap penurunan daya konsentrasi dan aktivitas siswi sehingga berpengaruh terhadap penurunan prestasi belajar siswi.

#### **E. Ruang Lingkup Penelitian**

Ruang lingkup penelitian ini dibatasi dengan pembahasan asupan zat besi, asam folat, vitamin B<sub>12</sub> dan vitamin C dengan kejadian anemia pada pelajar putri SMK Muhammadiyah 4 Surakarta.